

## 随思录

# 吃亏占便宜四论

吃亏就是占便宜,是常人口 头上的日常用语,某种程度上讲 也是凡人价值观的通俗解释。笔 者认为,可从四个方面分而论之。

一是总量论。人生在世,吃 亏占便宜的总量是一定的。何出 此言?且看《西游记》第九十九 回: 菩萨将难簿目过了一遍, 急 传声道:"佛门中'九九'归真。 圣僧受过八十难,还少一难,不 得完成此数。"即令揭谛:"赶上 金刚,还生一难者。"这揭谛得 令,飞云一驾向东来。一昼夜赶 上八大金刚,附耳低言道:"如此 如此, 谨遵菩萨法旨, 不得违 误。"唐僧乃圣僧,决心大定力 足,那是不管多少难也要西行取 经的。凡人立世,吃亏当前时, 也有通达者。因为有总量论,通 达者的心诀是: 吃完眼前这次 亏,便想到"亏量"又少一个。

二是大小论。论大小, 先说 人性, 占便宜应该是符合人性 的。有一则智力测验题: 地上有 四张钞票,一张一百的,一张五 十的,一张二十的,一张十元 的,请问你该怎么办?一般人会 这样回答:一张不剩地捡起来 呀! 但这答案真的正确吗? 未 必。不考虑社会价值,这答案符 合我们心中想占有、想拥有的欲 望。但"我在马路边捡到一分 钱,把它交到警察叔叔手里边", 这首歌,还有人记得吗?

亏和便宜皆有大小,如果说 爱占小便宜是小智慧的话,那么 吃亏是福,吃大亏得大福,是 人生成功的密码之一。占小便 宜自己看得见;吃大亏,自己 看不见。为什么?短时间来 看,占小便宜,一占就占有 了。便宜招摇,占的人可得意 啦! 从长时间来看, 爱占小便 宜的人,绝不会只占一时一

事,想占爱占一定是一辈子 的。也就是说,他的物质世界 永远差那么一点"小便宜",他 也就永远处在物质匮乏的状态之 中, 永为穷人矣。从根本上讲, 这还不是吃了大亏吗? 所以俗语 云:占小便宜吃大亏。

爱占便宜,无疑有损于社会 关系的建立和改善。或有人问: 很小气的人,其朋友圈也很大 啊。真实的情形是,这样的人 或许只在他朋友的眼中, 却没 有在朋友的心中。朋友在心里 与他保持着适当的距离, 甚至 早就画上了一条看不见的分界 线。与此相反的是,吃亏的 人,容易积累出良好的人际关 系。出于补偿心理,占了你便宜 的人,多半会主动和你建立友 谊,主动为你提供帮助。所以, 吃亏的人, 其社会关系是良性 的,其社会关系总和是不断提高 的。长时间观察,情形很清楚:

习惯于吃亏的人, 其人生格局较 为宽广,就是失意失败于一时, 也有东山再起的社会基础。

三是转移论。世上没有百分 之百的亏, 也没有百分之百的便 宜。正如祸兮福所伏、福兮祸所 倚一样, 亏和便宜之间, 存在内 在的转换机制。这种转换有时还 是及时的,就像宗教里的现世报 一说。比如最近热映的《战狼 2》, 拍片前一天, 原先的女主角 突然要求增加片酬,片方无奈之 下只得换新人救场。前来救场的 是演员卢靖姗,她没提片酬,不 带助理,不摆架子,这架势分明 是来"吃亏"的,不想却占了个 大便宜。不仅让大家看到了她的 演技,随着影片火了,她的身价

四是境界论。成大事者,不 计较一时一事之得失, 甚至不计 较一己一生之得失。何故?因为 成大事者, 眼前有小目标, 心中

有追逐的远方,因此定力大,有 境界。或许有人会问: 既然吃亏 是福,可以成为一个高尚纯粹的 人,那为什么好多人不愿意主动 去吃亏呢?

这就不得不提精神领域一个 奇怪的现象:境界高的人,常常 得不到众人的认同、理解和尊 重,很多时候,人数众多的一 方,还会评论、轻视甚至讥讽高 人。有个例子:一个学美声的歌 唱家获了国际大奖,回家乡搞了 一次汇报演出,结果家乡的人因 听不懂而纷纷离场。场面尴尬 呀! 更显无奈的是, 几十年后, 家乡还有人带着嘲讽的口吻谈论

人生在世, 当然不是只有吃 亏和占便宜两项。掉在人堆里, 过日常生活,如果我们做不到吃 亏是福,抵达不了高的境界,其 实也没什么不妥的。但是, 山在 那边,我们是否应该对远行者保 持一份敬畏,至少应该以礼相待 吧。有一老话是这样说的:虽不 能至,心向往之。四论吃亏占便 宜,对于过好凡俗的生活,对于 我们追逐诗和远方, 也许不无裨

# 🧼 说法

全球化时代, 我们要表达自 己,不要因为全球化,就什么都 拿来用,很怕自己不够,结果符 号化,让自己的东西越来越廉 价。要了解传统, 越多越好, 但到实践阶段,不要原汁原 味。一旦这样,对方的防备心 就出来了。他们会很尊重你, 但不会投入,不会用感情进入 到你的世界,只会想"土人, 哈哈哈"。很猎奇的东西,不会 让人觉得是高级的。做中国的 东西, 自信要非常强, 手法要 非常熟,非常干净。而起点是 要原创,即便一个人在舞台上 跳,只要从自己民族出来的, 他们不会小看。要找到一个 点,投入观众的心。每个民族 都有深层的神秘, 也有共同的 情感传递,抓住这种情感,外 国观众也看得懂,进而变成他们 自己的东西。

—服装、视觉艺术、电影 美术创作艺术家 叶锦添

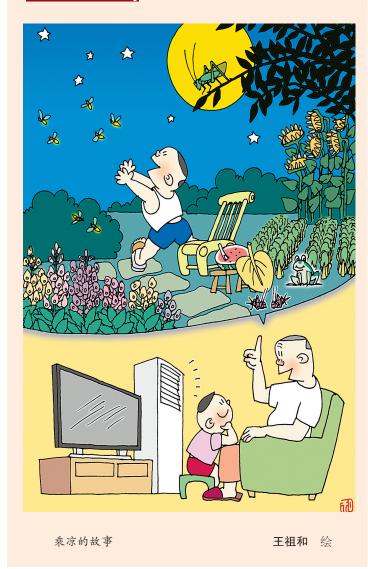
很多时候, 创业首先要凭自 己的兴趣。你可能喜欢买衣服, 那就做一个买手店。但慢慢你会 发现,做到一定的程度,也不能 光凭老板的兴趣, 需要组织一个 团队,大家在一起做一个志同道 合又能赚钱的工作,这叫事业。 在我看来,企业家不应一天到晚 站在道德制高点上,去谈论一些 概念和话题, 而是要通过产品去 改变很多事情。比如谷歌, 是通 过搜索,是人工智能算法,是 AlphaGo。苹果, 重新改变了通 讯设备,不是像Nokia 当年只能 打个电话。世界500强企业很少 像中国的一些企业家满口价值 观,但做出来产品是没有水准 的。世界上仍然有很多企业默默 无闻地通过产品创新在改变世

一网易创始人 丁磊

我想读书要读出味道来,得 如同我们品尝食品一样, 首先得 味道好吃才行,才吃得下去,咽 得进去,进而化作营养。过去, 老北京的便宜坊烤鸭店, 店门前 悬挂着一副对联: 闻香下马, 知 味停车。希望我们今天的读者也 能够如此,停车坐爱读书,品味 其中读到的乐趣与滋味。这个味 道,变得格外重要起来了,在我 看来,这个味道还得是乐趣。对 于读者尤其是年轻的读者,读书 的乐趣的挖掘和培养, 乃至养 成, 是读书能够读得进去的首要 条件。以前, 我们爱说的是读书 的意义,这话是没错的,但是, 读书的意义再重要,没有兴趣,

等于零 -作家 肖复兴





## 老话新聊

# 侬搭我敲背,我搭侬做媒

桂晓燕

眼下正是盛夏酷暑,不由得 回想起小时候乘凉的情景。我家 住的大墙门的门口,有一大片空 地,附近的人称之为"大操场",是 一处得天独厚的乘凉宝地。每天晚 饭后,左邻右舍男女老少"倾巢而 出",在这里讲大道、猜谜语、说笑 话、看满天的星星……

这时候,阿拉阿娘(祖母) 会让我替她敲敲背。阿娘手里摇 着蒲扇,口里念着两句老话:"依 搭我敲背,我搭侬做媒。"我想, 敲背就敲背呗,做什么媒?介难 为情! 于是似懂非懂地抗议道: "我勿要阿娘做媒!勿要阿娘做 媒!"引得阿娘眯起老花眼,嘻嘻

小时候不知道敲背有什么奥 妙,后来才明白,这是老宁波真 正的养生之道。中医理论告诉我 人体的背部有许多重要穴 位,例如分布在脊椎两边,从上 到下、左右对称的肺俞、心俞、 肝俞、胆俞、脾俞、胃俞、肾俞 等。即使是外行人,只要一看这些 与五脏六腑相关的名称,就知道其 非同小可。敲背相当于中医推拿的 一种手法,能对这些穴位进行良性 刺激,激发人体所对应的器官的活 力,起到良好的保健作用。

老宁波在生活中积累了许多 行之有效的养生保健经验,编成 宁波老话,代代相传。有提倡合

理膳食的,如"吃饭带眼糠,保 侬身体壮。""少吃多滋味,多吃 坏肚皮。"有提醒讲究卫生的,如 "臭鱼烂虾,送命冤家。""灰尘蓬 蓬扬, 吃落烂肚肠。"有主张适量 运动的:"手舞足蹈,九十勿 老。""饭后百步走,活到九十 九。"还有劝导心理平衡的:"遇 事勿恼,长生不老。""讲讲话话 散散心,闷桶勿响要生病。"等

有报道多次披露,现在许多 牛皮哄哄的保健品,基本上没有 什么效果。生产厂家靠举办"养 生学习班",鼓动老人们消费。学 习班上,推销人员身披白大褂, 作医学专家状,把他们的产品吹 得神乎其神, 号称有病治病、无 病强身、美容养颜、延年益寿, 简直超过太上老君八卦炉里的仙 丹。引得参加学习班的叔叔阿姨 们心驰神往,不知不觉掏出自己 的养老钱……不过,更多的老宁 波头脑煞清爽,明白"药补勿如 食补",与其买那种价格昂贵、华 而不实的"仙丹",还不如买一些 药食同源、作用确切的传统补 品。正如老话所说的:"田要补河 泥草籽,人要补桂圆枣子。"

做保健品生意像"拉郎配" 那样拉,早已不是什么新闻;而 最近一则刚披露的消息,堪称闻 所未闻、匪夷所思的新闻。据 悉,一些长期以来声名显赫,并 吸引了大批游客的"长寿之乡", 居然也有假冒。由于统计数字渗 水, 使人产生一种错觉, 误以为 当地长寿老人的比例实在是高。 都说一方水土养一方人, 既然长 寿老人这么多, 当地的水土自然 就成了无价之宝,河水池水也能 卖大钱啰。

对于这种似是而非、以假乱 真的事情,老话中也没有直接解 套的法宝,毕竟老宁波又不是神 仙, 哪能像孙悟空一样, 长一双 火眼金睛呢!不过,老话可以提 供一种思路,就是任何事情都要 动脑筋: "无风勿起滚头浪, 勿动 脑筋要上当。"我们静心想一想, 就能发现一个问题:一些被称为 "长寿之乡"的地区,基本上都地 处山乡农村或牧区,是不是缘于 那里山好水好空气好呢? 然而事 实却是,世界上最长寿的地区, 并不是穷乡僻壤, 而是繁华的城 市。拿中国来说,世界最权威的 医学杂志《柳叶刀》, 列出了中国 寿命最长的第一梯队,为上海、 天津、北京、浙江、香港和澳 门。这些城市的人均预期寿命, 都超过了80岁。这充分说明,影 响人均寿命的因素有很多,如经 济水平、医疗服务、教育水平、 生活习惯等。当然,环境也非常 重要。

阿拉浙江宁波人,位居第一 梯队之列,是多么幸福!只要我 们按照老话所说的养生原则积极 践行,相信一定能健康长寿!

# 社科书架

# "网红医生"宗建平 把医学的本真告诉人们

这是国内少有的一本急诊医 师值班日志,一气呵成的20多 万字,出自宁波市第一医院急诊 科主任宗建平之手。有生就有 爱,有爱就有悲欢,有悲欢就有 离合, 弘一法师终其一生写下了 "悲欣交集",寥寥四字中蕴藏玄 机,这又何尝不是急诊医师平凡 生活的真实写照。如果说医院是 一个生与死较量的战场, 那么急 诊室医生和护士们就是这场战争 的先头部队。没有剪裁,没有过 滤,59岁的宗建平把从医30多 年亲身经历的150余个真实病 例,悉心整理成一本"值班日 志",以一颗从医的"初心"、以 生活的原色,以大量真实的病 例、以质朴的语言,不断激起读 者心底的层层涟漪。

宁波市第一医院的急诊室, 无疑是市内外抢救危重病人的阵 地之一,几乎每天都上演着一场 场"生死时速"。绝处逢生的狂 喜、回天乏术的悲恸、生死未卜 的无措、性命相托的信任……人 世间最澎湃的情感在急诊室 24 小时里体现得淋漓尽致, 这些都 让宗建平深深体会与难忘。于 是,下班后心力交瘁的宗建平, 仍然不辞辛劳地记录着《急诊医

师值班日志》的点点滴滴。满头白 发的他,并不擅长文字,记不清多 少夜晚与假日,坐在电脑前艰难 地码字后,逐渐将30多年身披白 衣的一路经历展现给读者,将一 个个亲手触摸过的生命故事讲述 给读者,更是将医疗规范、制度、 流程、法律法规乃至临床思维都 无私分享给年轻医师,他坚持把 这些疑难病例写出来,希望给年 轻医师一点借鉴, 更希望他们少 走弯路,不要重蹈覆辙。

由人民卫生出版社出版的 《急诊医师值班日志》, 翠绿色的 封面,拿到手时,最初感觉是一 本严谨的医学书。这本日志的最 大特点是非常专业,可以作为一 本教科书,它从一个个案例的诊 断救治中反映了急诊这门综合医 学的特点,详细描述了整个诊断 救治解难释惑的过程,凝聚了作 者从事多年急诊工作而积累的宝 贵经验和有益启示。

然而,这本日志内容虽然专 业,但也具备了较强的可读性, 几篇读下来, 教科书渐渐地变成 "故事会",笔者所讲的那些故事 引人入胜,科普价值均可圈可 点。在《急诊医师值班日志》 中,宗建平没有远离普通读者, 除了记载疑难杂症, 更有读者熟 悉的病症,其中"致命的腹

泻"、"诡异的胸闷气促"、"喉部 隐藏的杀机"就用了4个章节大 篇幅介绍。对于读者来说,这些 病症并不陌生,有事件、有冲 突; 有逻辑、更有人情, 也许就 发生在你我他之中。而作者像是 医学界的"福尔摩斯",面对急 诊室来势汹汹的诸多杂症,他带 着满腔的热情和温度,几乎都能 抽茧剥丝,引得众多"门外汉" 也饶有兴趣一探究竟。他甚至在 书中公开晒自己从医的糗事、险 事、尴尬事、痛苦事……这正是 《急诊医师值班日志》在普及大 众保健理念中展现出的"魅力' 与"魔力"之所在。

医学本身是一门科学,而不 仅仅只是科学。作为医者,他们 不可避免地存在个体的短板、经 验的短缺, 也不可避免地承担着 医学的局限性, 更不可避免地面 对无法复制和重来的生命。《急 诊医师值班日志》记录了宗建平 在3000多个夜班里,所接触的 那些惊心动魄、起死回生的病 例,浓缩了那些牵肠挂肚、扼腕 叹息的经历。他对那些无力回 天、令人惋惜的病例,深深表达 了医生对生命的敬畏和反思,一 如在封面上的独白:"生命是 河,病痛在左,幸福在右,我是 河上摆渡人; 术为舟, 爱作桨,

敬畏生命,何惧风雨。"正是怀 揣对生命的悲悯和敬意,显现了 他一颗纯粹的医者仁心。

这本《急诊医师值班日 志》, 更像是宗建平的自传, 是 用他一生的经历写成。潮起潮落 年年岁岁, 日升月隐岁岁年年, 从医学院毕业的青葱的年轻医 生,到职业生涯中的最后一次夜 班, 飘荡的白大衣裹去了翩翩少 年,而这本日志犹如作者的长篇 小说。从作者的文字间接流露 出:接触越多的生离死别,越珍 惜当下所有;看到越多的人性本 真,越懂得平淡方是情深;越到 两鬓斑白,越明白不忘初心才最 可贵。正如作者在《急诊医师值 班日志》中提到:"人生旅途 中,大家都在忙着认识各种人, 以为这是在丰富生命。可最有价 值的遇见,是在某一瞬间,重遇 了自己,那一刻你才会懂:走遍 世界, 也不过是为了找到一条走 回内心的路。"

坚持,本身就是件不容易的 事, 更不容易的是, 坚持真诚地 面对事实、尊重缺陷、承认过 失。即将退休的宗建平主任,在 创作《急诊医师值班日志》的过 程中, 偶尔也会文思枯竭, 也会 迷惘, 但一想到病痛中的那些 人,又会重新坚定自己的决心,



《急诊医师值班日志》 宗建平 著 人民卫生出版社 2017年1月

最终他也收获了常人无法理解的 幸福与满足。这幸福与满足的核 心就是责任,当他把责任付诸每 日的劳碌、落实于每一个细节,当 他完成的责任越重大、越艰苦,带 来的快乐就越深刻、越长久。这种 令人动容的幸福,未在生命绝境里

行走过的人,是无法体会的。 他知道自己不完美, 所以不 敢停止努力。满头白发的宗建 平,还在继续思考着医患关系的 丝丝缕缕,他还会继续写下去, 用一颗纯粹的医者之心,通过 《急诊医师值班日志》,把生命的 悲欢离合告诉大家, 把医学的本

真告诉所有听故事的人。 (图书信息由宁波市新华书 店提供)

网民占比达96.3%。

🤪 数字

一《中国互联网络发展状 况统计报告》显示,截至今年6 月,我国网民规模达到7.51亿, 半年共计新增网民1992万人, 占全球网民总数的五分之一。我 国手机网民规模达7.24亿, 手机

96.3%

#### 73.53%

-数据显示,校园贷借款 人群的地区分布存在明显集群现 象。其中,北京、上海两大高度 城市化地区,借款人数极少;西 部地区受经济发展条件限制,人 均可支配收入较低,是校园贷借 款人群的主要来源,占总数的 73.53%

#### 14%

一近年来,"独行侠"游 客占比上升, 尤其是越来越多女 性游客选择"孤走天涯"。上 半年,14%的女性游客选择独 自出游。一方面说明中国女 性越来越独立, 另一方面, 女性旅行安全问题也值得引 起重视。